

Trento, 1 gennaio 2023

## **CORSO ADULTI PERIODO GENNAIO – APRILE 2023**

Buongiorno a tutti Voi,

Vi informiamo che viene riproposto per il periodo gennaio/aprile 2023 il **CORSO ADULTI**.

Il corso, che avrà inizio a partire da domenica **08/01/2023** e terminerà domenica **30/04/2023 (\*)** **escludendo la domenica di Pasqua 2 aprile** avrà il consueto orario:

- **domenica dalle ore 21.45 alle ore 22.45**

*quest'orario permetterà di non avere la compresenza sul ghiaccio di atleti agonisti.*

Non è possibile confermare il corso nella giornata di martedì in quanto la pista è occupata dalla squadra senior di sincronizzato che è in sofferenza per mancanza di ore a disposizione.

Anche quest'anno il corso sarà tenuto da Maestri di base e Allenatori di 1° livello FISG.

Per chi intende iscriversi per la prima volta potrete comunicare tramite mail al seguente indirizzo: [sincro.cpatrento@gmail.com](mailto:sincro.cpatrento@gmail.com).

Dovranno essere compilati e inviati i moduli allegati alla presente in modo da poter effettuare l'iscrizione alla Federazione in tempo utile per la prima lezione.

Rammentiamo che per accedere alla partecipazione al corso è obbligatorio anche il **certificato medico per attività non agonistica**, il quale dovrà essere consegnato al momento dell'iscrizione o il primo giorno di inizio corso.

Il costo del corso sarà di **195,00 euro** (16 lezioni), oltre ad una quota di **tesseramento di € 35,00**, indispensabile, tra l'altro, all'attivazione dell'assicurazione infortuni federale.

L'importo relativo alla quota di iscrizione e tesseramento dovrà essere effettuato **prima dell'inizio del corso** con bonifico bancario sul conto della Cassa Rurale di Trento intestato alla società:

**IBAN IT 58 I 08304 01810 000010325211**

La causale, che vi raccomandiamo di riportare integralmente, dovrà contenere

**COGNOME E NOME ATLETA - CORSO ADULTI GENNAIO – APRILE 2023**

**Anche quest'anno, come nelle passate edizioni, offriamo a chi vorrà iscriversi diverse proposte integrative che riassumiamo in calce**

Vi ringraziamo per la vostra attenzione e vi aspettiamo numerosi.

IL DIRETTIVO

Circolo Pattinatori Artistici Trento

(\*) *precisiamo che il corso sarà attivato con un minimo di 8 partecipanti.*

## **INTEGRAZIONI OPZIONALI**

### **1) MEZZ'ORA IN PIU'**

sarà possibile aggiungere mezz'ora di lezione in base alla disponibilità del ghiaccio, anticipando l'orario di ingresso alle h. 20.30/21.00 circa.

Questa possibilità sarà comunicata di mese in mese ai partecipanti. Chi aderisce automaticamente accetta di fare tutte le volte che vengono proposte. La mezz'ora aggiuntiva costa 6 euro e il conguaglio verrà fatto a fine corso con impegno di pagare le integrazioni dovute.

Chi è interessato a sfruttare questa opportunità è pregato di specificarlo in sede di iscrizione/conferma per permetterci di organizzare la pista e gli allenatori.

### **2) RISCALDAMENTO – PREPARAZIONE ATLETICA**

Sarà possibile aggiungere mezz'ora di riscaldamento – preparazione atletica fatta in palestra prima dell'inizio dell'allenamento sul ghiaccio.

Il costo aggiuntivo è di 35 euro e va aggiunto al costo del corso, con pagamento anticipato.

Chi intende aderire o confermare l'adesione deve notificarsi sempre per motivi organizzativi.